



# Putika in kronična ledvična bolezen

*Marija Mravljak*

Putika je bolezen, ki se najpogosteje pokaže s ponavljajočimi se napadi sklepnega vnetja, lahko se pokaže tudi s tvorbo tofov (to so zadebelitve ob sklepih in na uhljih) ali ledvičnih kamnov. Ker je poznana že tisočletja, ne čudijo številna poimenovanja. Putiko tako poznamo tudi kot urični artritis, udnico, skrnino, giht, protin ali podagro, kadar gre za vnetje palca na nogi.

## Zakaj nastane

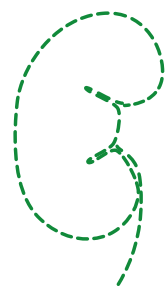
V telesu med razgradnjo purinov nastaja sečna kislina, imenovana tudi urat, ki se iz telesa izloča skozi ledvice s sečem. Putika nastane zaradi prekomernega vnosa sečne kisline in/ali premajhnega izločanja zaradi bolezni ledvic. Sečna kislina se v telesu lahko kopiči zaradi uživanja s purini bogate hrane, izsušenosti, nekaterih zdravil ali drugih sočasnih bolezni. Pri prvem napadu putike je smiselno preveriti ledvično delovanje, saj je lahko razlog za kopičenje sečne kisline prav še neprepoznana kronična ledvična bolezen. Povišano tveganje za nastanek putike predstavljajo tudi prekomerna telesna teža, višja starost in družinska nagnjenost.

## Kako se kaže

Nakopičena sečna kislina tvori kristale, ki se odlagajo v sklepih, ob sklepnih tkivih, podkožju ali tkivu ledvic in povzročajo vnetje. Običajno so najprej prizadeti sklepi palcev na nogah. Sklepi so močno boleči, otekli, pordeli, toplejši od okolice in posledično slabše gibljivi. Napadi se lahko ponavljajo in prizadenejo različne sklepe. Pri kronični obliki so sklepi lahko poškodovani do te mere, da je gibljivost močno omejena, v ob sklepnih tkivih nastajajo tofi, nastajajo lahko ledvični kamni, kristali sečne kisline poškodujejo ledvično tkivo. Pogosteje zbolijo moški srednjih let. Ženske zbolijo redkeje, običajno po menopavzi.

## Kako putiko potrdimo

Z veliko verjetnostjo lahko sklepamo, da nekdo preboleva napad putike, že iz tipičnega poteka bolezni. Težave z nenadnim oteklom, bolečim, toplejšim sklepom pri moškem srednjih let z veliko verjetnostjo govorijo za napad putike. Bolezen lahko potrdimo s pregledom sklepne tekočine s polarizacijskim mikroskopom, kjer najdemo kristale sečne kisline. Same vrednosti sečne kisline v krvi pa niso najboljši pokazatelj bolezni. V času akutnega napada so lahko v mejah normale, a to ne izključuje putike. Sočasno





pa samo povišane vrednosti sečne kisline v krvi še ne pomenijo, da bomo zboleli za putiko in jih tudi ne zdravimo.

## Kako putiko zdravimo

Putiko zdravimo s spremembo življenjskega sloga, zdravili in zdravljenjem drugih sočasnih stanj, ki zvišujejo raven sečne kisline.

**Sprememba življenjskega sloga.** Ob prvih znakih napada putike predpišemo ustrezno dieto. Dieta z manjšim vnosom živil, bogatih s purini (mastno meso, drobovina, školjke, stročnice, pijače z visoko vsebnostjo fruktoze...), je potrebna celo življenje. Pomembna je alkoholna abstinenca, še zlasti se odsvetuje pitje piva. Priporoča se uživanje zadostnih količin vode, razen če zdravnik zaradi drugih bolezni predpiše omejitev vnosa tekočine. Pomembno je vzdrževanje primerne telesne teže.

**Zdravila.** Za zdravljenje putike uporabljamo več vrst zdravil. V akutni fazi običajno lajšamo vnetje z zdravili iz skupine nesteroidnih analgoantirevmatikov (NSAID), ki pa jih pri sočasni kronični ledvični bolezni odsvetujemo. Izjemoma se uporablja kolhicin, katerega odmerke je potrebno prilagajati stopnji ledvične okvare. Bolnik s kronično ledvično boleznijo lahko prejme glukokortikoide, ki so učinkovita protivnetna zdravila, ki pa lahko povišajo krvni sladkor in imajo druge neželene učinke. Glukokortikoide lahko vbrizgamo tudi v oboleli sklep.

Pri dolgoročnem zdravljenju želimo znižati nivo sečne kisline v telesu in s tem preprečiti ponovne napade putike. Najpogosteje uporabljamo zaviralec encima ksantinoksidaze, to je alopurinol in febuksostat. Pri bolnikih s kronično ledvično boleznijo odmerke zdravil prilagodimo stopnji ledvične okvare. Pomembno je, da bolnik zdravilo jemlje redno in ga med morebitnim ponovnim napadom putike ne preneha jemati, saj lahko s tem napad podaljša. Bolniki, ki prejema imunosupresivno zdravilo azatioprin, ne smejo jemati alopurinola zaradi njunega navzkrižnega delovanja, ki lahko privede do hude okvare kostnega mozga.

**Zdravljenje sočasnih bolezni.** Pomembno je zdravljenje ostalih sočasnih bolezni, po potrebi bo zdravnik prilagodil zdravila, ki lahko vplivajo na kopičenje sečne kisline. Upoštevanje navodil in dosledno zdravljenje putike preprečuje nove napade in s tem dolgoročno poškodbo ledvic in sklepov.



## Za dobro LEDVIC

Druga dopolnjena elektronska izdaja

**Izdajatelj:**

Slovensko nefrološko društvo – Slovensko zdravniško društvo  
Zveza društev ledvičnih bolnikov Slovenije

**Urednica:** Jelka Lindič

**Souredniki:** Damjan Kovač, Andrej Škoberne, Nebojša Vasič

**Oblikovanje:** Tanja's Design, tanjas-design.si

Knjižice izobraževalnega programa Za dobro ledvic so namenjene laični javnosti  
in uporabi v zdravstvenih ustanovah. Spremembe vsebine niso dovoljene.

Ljubljana, 2023

[www.zadobroledvic.si](http://www.zadobroledvic.si)

